میمن اسلامک پبلشرز

فہرست مضامین

ہمارا نفس دنیاوی لذتوں کا عادی ہو چکا ہے، جس کام میں اس کو لذت اور مزہ ملتا ہے۔ اس کی طرف یہ دوڑتا ہے۔ جس کے نتیجے میں یہ نفس انسان کے دل میں خواہشات کے تقاضے پیدا کرتا رہتا ہے۔ اب اگر انسان اپنے نفس کو بے لگام اور بے مہار چھوڑ دے۔ اس کی ہر بات مانتا جائے، اور لذت کے حصول کا جو بھی تقاضہ پیدا ہو، اس پر عمل کرتا جائے تو اس کے نتیجے میں پھر وہ انسان، انسان نہیں رہتا ہے، بلکہ جانور بن جاتا ہے۔

نفس کی کش مکش

الحمد لله نحمده ونستعينه ونستغفره ونومن به ونتوكل عليه، ونعوذ
بالله من شرور انفسنا ومن سيات اعمالنا، من يهده الله فلا
مضل له ومن يضلله فلا هادی له، واشهد ان لا اله الا الله وحده
لا شریک له، واشهد ان سيدنا وسندنا ونبينا ومولانا محمداً عبده
ورسوله، صلى الله تعالی علیہ وعلی آله واصحابه وبارک وسلم
تسليما كثيراً

اما بعد فاعوذ باللہ من الشیطان الرجیم، بسم اللہ الرحمٰن الرحیم ،
والذین جاھدوا فینا لنھدینھم سبلنا، وان اللہ لمع المحسنین،
(سورۃ العنکبوت۔ ٦٩)
آمنت باللہ صدق اللہ مولانا العظیم، وصدق رسولہ النبی
الکریم، ونحن علی ذلک من الشاھدین ،

"مجاھدے" کا مطلب

علامہ نووی رحمتہ اللہ علیہ نے آگے ایک نیا باب قائم فرمایا ہے
"باب فی المجاھدۃ" "مجاھدہ" کے لفظی معنی ہیں "کوشش کرنا،
محنت کرنا"، "جہاد" بھی اسی سے نکلا ہے، اس لئے کہ عربی زبان میں
"جہاد" کے معنی لڑنے کے نہیں ہیں، بلکہ محنت اور کوشش کرنے کے
معنی میں ہے، اور لفظ "مجاھدہ" کے معنی بھی یہی ہیں، یعنی "کوشش
کرنا" اور قرآن و سنت اور صوفیاء کی اصطلاح میں "مجاھدہ" اس کو کہا
جاتا ہے کہ انسان اس بات کی کوشش کرے کہ اس کے اعمال درست ہو
جائیں، اس کے اخلاق درست ہو جائیں، اور گناہوں سے بچ جائے، اور
اپنے نفس کو غلط سمت میں جانے سے بچائے، اس کا نام "مجاھدہ"
ہے، حدیث میں نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا:

المجاھد من جاھد نفسہ

(ترمذی، فضائل الجہاد، باب ماجاء فی فضل مات مرابطاً، حدیث نمبر ١٦٢١)

فرمایا کہ اصلی "مجاھد" وہ ہے جو اپنے نفس سے جہاد کرے،

لڑائی کے میدان میں دشمن سے لڑنا بھی ”جہاد“ ہے، لیکن اصلی مجاہد وہ ہے جو اپنے نفس سے اس طرح جہاد کرے کہ نفس کی خواہشات، نفس کی آرزوئیں، نفس کے تقاضے ایک طرف بلا رہے ہیں اور انسان نفس کے ان تقاضوں اور آرزوؤں کو پامال کر کے دوسرا راستہ اختیار کر لیتا ہے تو اس کا نام ”مجاھدہ“ ہے، لہٰذا جو شخص بھی اپنی اصلاح کی طرف قدم بڑھانا چاہے اور اللہ جل شانہ کی طرف قدم بڑھانا چاہے تو اس کو ”مجاھدہ“ کرنا ہی پڑتا ہے یعنی اپنے نفس کی مخالفت کرنا اور نفسانی خواہشات کے خلاف زبردستی کر کے محنت کر کے، کوشش کر کے، کڑوا گھونٹ پی کر عمل کرنا، اور کسی طرح اپنے نفس کی خواہشات کو دبا کر اور کچل کر اس کی خلاف ورزی کرنا، اس کا نام ”مجاھدہ“ ہے۔

انسان کا نفس، لذتوں کا خوگر ہے

ہمارا اور آپ کا نفس یعنی وہ قوت جو انسان کو کسی کام کے کرنے کی طرف ابھارتی ہے، وہ نفس دنیاوی لذتوں کا عادی بنا ہوا ہے، لہٰذا جس کام میں اس کو ظاہری لذت اور مزہ آتا ہے، اس کی طرف یہ دوڑتا ہے، یہ اس کی جبلت اور خصلت ہے کہ ایسے کاموں کی طرف انسان کو مائل کرے، اور اس سے کہتا ہے کہ یہ کام کر لے تو مزہ آ جائے گا، یہ کام کر لے تو لذت حاصل ہو جائے گی، لہٰذا یہ نفس انسان کے دل میں خواہشات کے تقاضے پیدا کرتا رہتا ہے، اب اگر انسان اپنے نفس کو بے لگام اور بے مہار چھوڑ دے، اور جو بھی لذت کے حصول کا تقاضہ پیدا ہو، اس پر عمل کرتا جائے، اور نفس کی ہر بات مانتا جائے، تو اس کے نتیجے میں پھر وہ انسان

انسان نہیں رہتا، بلکہ جانور بن جاتا ہے۔

خواہشات نفسانی میں سکون نہیں

نفسانی خواہشات کا اصول یہ ہے کہ اگر ان کی پیروی کرتے جاؤ گے، اور ان کے پیچھے چلتے جاؤ گے، اور اس کی باتیں مانتے جاؤ گے، تو پھر کسی حد پر جا کر قرار نہیں آئے گا، انسان کا نفس کبھی یہ نہیں کہے گا کہ اب ساری خواہشات پوری ہو گئیں، اب مجھے کچھ نہیں چاہئے، یہ کبھی زندگی بھر نہیں ہو گا، اس لئے کسی انسان کی ساری خواہشات اس زندگی میں پوری نہیں ہو سکتیں، اور اس کے ذریعہ کبھی قرار اور سکون نصیب نہیں ہو گا، یہ قاعدہ کہ اگر کوئی شخص یہ چاہے کہ میں نفس کے ہر تقاضے پر عمل کرتا جاؤں، اور ہر خواہش پوری کرتا جاؤں تو کبھی اس شخص کو قرار نہیں آئے گا، کیوں؟ اس لئے کہ اس نفس کی خاصیت یہ ہے کہ ایک لطف اٹھانے کے بعد اور ایک مرتبہ لذت حاصل کر لینے کے بعد یہ فوراً دوسری لذت کی طرف بڑھتا ہے، لہٰذا اگر تم چاہتے ہو کہ نفسانی خواہشات کے پیچھے چل چل کر سکون حاصل کر لیں، تو ساری عمر کبھی سکون نہیں ملے گا تجربہ کر کے دیکھ لو۔

لطف اور لذت کی کوئی حد نہیں ہے

آج جن کو ترقی یافتہ اقوام کہا جاتا ہے انہوں نے یہ ہی کہا ہے کہ

انسان کی پرائیویٹ زندگی میں کوئی دخل اندازی نہ کرو، جس کی مرض میں جو کچھ آرہا ہے، وہ اس کو کرنے دو، اور جس شخص کو جس کام میں مزہ آرہا ہے، وہ اسے کرنے دو، نہ اس کا ہاتھ روکو، اور نہ اس پر کوئی پابندی لگاؤ، اور اس کے راستے میں کوئی رکاوٹ کھڑی نہ کرو، چنانچہ آپ دیکھ لیں کہ آج انسان کو لطف حاصل کرنے اور مزہ حاصل کرنے میں کوئی رکاوٹ نہیں، نہ قانون کی رکاوٹ نہ مذہب کی رکاوٹ، نہ اخلاق کی رکاوٹ، نہ معاشرے کی رکاوٹ ہے، کوئی پابندی نہیں ہے، اور ہر شخص وہ کام کر رہا ہے جو اس کی مرضی میں آرہا ہے اور اگر اس شخص سے کوئی پوچھے کہ کیا تمہارا مقصد حاصل ہو گیا؟ تم جتنا لطف اسے دنیا سے حاصل کرنا چاہتے تھے، کیا لطف کی وہ آخری منزل اور مزے کا وہ آخری درجہ تمہیں حاصل ہو گیا، جس کے بعد تمہیں اور کچھ نہیں چاہئے؟ کوئی شخص بھی اس سوال کا "ہاں" میں جواب نہیں دے گا، بلکہ ہر شخص یہی کہے گا کہ مجھے اور مل جائے، مجھے اور مل جائے، آگے بڑھتا چلا جاؤں، اس لئے کہ ایک خواہش دوسری خواہش کو ابھارتی رہتی ہے۔

علانیہ زنا کاری

مغربی معاشرے میں ایک مرد اور ایک عورت آپس میں ایک دوسرے سے جنسی لذت حاصل کرنا چاہیں تو ایک سرے سے دوسرے سرے تک چلے جاؤ، کوئی رکاوٹ نہیں، کوئی ہاتھ پکڑنے والا نہیں، حد یہ ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے جو ارشاد فرمایا تھا، وہ آنکھوں نے

دیکھ لیا، آپ نے فرمایا تھا کہ ایک زمانہ ایسا آئے گا کہ زنا اس قدر عام ہو جائے گا کہ دنیا میں سب سے نیک شخص وہ ہو گا کہ دو آدمی ایک سڑک کے چوارہے پر بدکاری کا ارتکاب کر رہے ہوں گے، وہ شخص آکر ان سے کہے گا کہ اس درخت کی اوٹ میں کر لو، وہ ان کو اس کام سے منع نہیں کرے گا کہ یہ کام برا ہے، بلکہ وہ یہ کہے گا کہ یہاں سب کے سامنے کرنے کے بجائے اس درخت کی اوٹ میں جاکر کر لو، وہ کہنے والا شخص سب سے نیک آدمی ہو گا، آج وہ زمانہ تقریباً آچکا ہے، آج کھلم کھلا بغیر کسی رکاوٹ اور پردے کے یہ کام ہو رہا ہے۔

امریکہ میں "زنا بالجبر" کی کثرت کیوں؟

لہٰذا اگر کوئی شخص اپنے جنسی جذبات کو تسکین دینے کے لئے حرام طریقہ اختیار کرنا چاہے، تو اس کے لئے دروازے چوپٹ کھلے ہوئے ہیں، لیکن اس کے باوجود "زنا بالجبر" کے واقعات جتنے امریکہ میں ہوتے ہیں دنیا میں اور کہیں نہیں ہوتے، حالانکہ رضامندی کے ساتھ یہ کام کرنے کے لئے کوئی رکاوٹ نہیں، جو آدمی جس طرح چاہے، اپنے جذبات کو تسکین دے سکتا ہے، وجہ اس کی یہ ہے کہ رضامندی کے ساتھ زنا کر کے دیکھ لیا، اس میں جو مزہ تھا، وہ حاصل کر لیا، لیکن اس کے بعد اس میں بھی قرار نہ آیا تو اب باقاعدہ یہ جذبہ پیدا ہوا کہ یہ کام زبردستی کرو، تاکہ زبردستی کرنے کا جو مزہ ہے وہ بھی حاصل ہو جائے۔ لہٰذا یہ انسانی خواہشات کسی مرحلے پر جاکر رکتی نہیں ہیں، بلکہ اور آگے بڑھتی

چلی جاتی ہیں، اور یہ ہوس کبھی ختم ہونے والی نہیں۔

یہ پیاس بجھنے والی نہیں

آپ نے ایک بیماری کا نام سنا ہوگا جس کو "جوع البقر" کہتے ہیں، اس بیماری کی خاصیت یہ ہے کہ انسان کو بھوک لگتی رہتی ہے، جو دل چاہے، کھالے، جتنا چاہے، کھالے، مگر بھوک نہیں مٹتی۔ اسی طرح ایک اور بیماری ہے، جس کو "استسقاء" کہا جاتا ہے اس بیماری میں انسان کو پیاس لگتی رہتی ہے، گھڑے کے گھڑے پی جائے، کنویں بھی ختم کر جائے، مگر پیاس نہیں بجھتی۔ یہی حال انسان کی خواہشات کا ہے، اگر ان کو قابو نہ کیا جائے، اور ان پر کنٹرول نہ کیا جائے، اور جب تک ان کو شریعت اور اخلاق کے بندھن میں نہ بندھا جائے. اس وقت تک اس کو "استسقاء" کی بیماری کی طرح لطف ولذت کے کسی بھی مرحلے پر جاکر قرار نصیب نہیں ہوتا، بلکہ لذت کی وہ ہوس بڑھتی ہی چلی جاتی ہے۔

تھوڑی سی مشقت برداشت کرلو

اسی لئے اللہ تبارک وتعالیٰ اور اس کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ نفسانی خواہشات کے پیچھے مت چلو، ان کا اتباع مت کرو، اس لئے کہ یہ تمہیں ہلاکت کے گڑھے میں لے جاکر ڈال دے گی۔ بلکہ اس کو ذرا قابو میں رکھو، اور اسکو کنٹرول کر کے شریعت کی معقول حدود

کے اندر رکھو، اور اگر تم رکھنا چاہو گے تو شروع شروع میں یہ نفس تمہیں ذرا تنگ کرے گا، تکلیف ہوگی، صدمہ ہوگا، دکھ ہوگا، ایک کام کو دل چاہ رہا ہے، مگر اس کو روک رہے ہیں۔ دل چاہ رہا ہے کہ ٹی وی دیکھیں، اور اس میں جو خراب فلمیں آرہی ہیں، وہ دیکھیں، یہ نفس کا تقاضہ ہو رہا ہے، اب جو آدمی اس کا عادی ہے، اس سے کہو کہ اس کو مت دیکھ، اور اس نفسانی تقاضہ پر عمل نہ کر، اگر وہ نہیں دیکھے گا، اور آنکھ کو اس سے روکے گا، تو شروع میں اس کو دقت ہوگی، اور مشقت ہوگی، برا لگے گا، اس لئے کہ اس کو دیکھنے کا عادی ہے اس کو دیکھنے بغیر چین نہیں آتا، لطف نہیں آتا۔

یہ نفس کمزور پر شیر ہے

لیکن ساتھ میں اللہ تعالیٰ نے اس نفس کی خاصیت یہ رکھی ہے کہ اگر کوئی شخص اس مشقت اور تکلیف کے باوجود ایک مرتبہ ڈٹ جائے کہ چاہے مشقت ہو، یا تکلیف ہو، چاہے دل پر آرے چل جائیں، تب بھی یہ کام نہیں کروں گا، جس دن یہ شخص نفس کے سامنے اس طرح ڈٹ گیا، بس اس دن سے یہ نفسانی خواہش خود بخود ڈھیلی پڑنی شروع ہو جائے گی، یہ نفس اور شیطان کمزور کے اوپر شیر ہیں، جو اسکے سامنے بھگی بلی بنا رہے، اور اسکے تقاضوں پر چلتا رہے، اس کے اوپر یہ چھا جاتا ہے، اور غالب آجاتا ہے، اور جو شخص ایک مرتبہ پختہ ارادہ کرکے اس کے سامنے ڈٹ گیا کہ میں یہ کام نہیں کروں گا، چاہے کتنا تقاضہ ہو، چاہے

دل پر آرے چل جائیں، پھر یہ نفس ڈھیلا پڑ جاتا ہے، اور اس کام کے نہ کرنے پر پہلے دن جتنی تکلیف ہوئی تھی، دوسرے دن اس سے کم ہوگی، اور تیسرے دن اس سے کم، اور ہوتے ہوتے وہ تکلیف ایک دن بالکل رفع ہو جائے گی، اور نفس اسکا عادی بن جائے گا۔

نفس دودھ پیتے بچے کی طرح

علامہ بوصیری رحمتہ اللہ علیہ ایک بہت بڑے بزرگ گزرے ہیں جن کا "قصیدہ بردہ" بہت مشہور ہے جو حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کی شان میں کہا گیا ایک نعتیہ قصیدہ ہے۔ اس میں انہوں نے ایک عجیب و غریب حکیمانہ شعر کہا ہے، ؎

النفس کالطفل ان تہمل شب علی
حب الرضاع و ان تفطمہ ینفطم

یہ انسان کا نفس ایک چھوٹے بچے کی طرح ہے۔ جو ماں کا دودھ پیتا ہے، اور وہ بچہ دودھ پینے کا عادی بن گیا، اب اگر اس سے دودھ چھڑانے کی کوشش کرو تو وہ بچہ کیا کرے گا؟ روئے گا، چلائے گا، شور کرے گا۔ اب اگر ماں باپ یہ سوچیں کہ دودھ چھڑانے سے بچے کو بڑی تکلیف ہو رہی ہے، چلو چھوڑو۔ اسے دودھ پینے دو، دودھ پیتا رہے۔ تو علامہ بوصیریؒ فرماتے ہیں کہ اگر بچے کو اس دودھ پینے کی حالت میں چھوڑ دیا تو نتیجہ یہ ہوگا کہ وہ جوان ہو جائے گا، اور اس سے دودھ نہیں چھوٹ پائے گا۔ اس لئے کہ تم اس کی تکلیف، اس کی فریاد اور اس کی چیخ و پکار

سے ڈر گئے۔ جس کا نتیجہ یہ نکلا کہ اس سے دودھ نہیں چھڑا سکے۔ اب اگر اس کے سامنے روٹی لاتے ہیں۔ تو وہ کہتا ہے میں تو نہیں کھاؤں گا۔ میں تو دودھ ہی پیئوں گا۔ لیکن دنیا میں کوئی ماں باپ ایسے نہیں ہوں گے جو یہ کہیں کہ چونکہ بچے کو دودھ چھڑانے سے تکلیف ہو رہی ہے۔ اس لئے دودھ نہیں چھڑاتے۔ ماں باپ جانتے ہیں کہ دودھ چھڑانے سے روئے گا، چلائے گا، رات کو نیند نہیں آئے گی۔ خود بھی جاگے گا، ہمیں بھی جگائے گا، لیکن پھر بھی دودھ چھڑاتے ہیں۔ اس لئے کہ وہ جانتے ہیں کہ بچے کی بھلائی اسی میں ہے۔ اگر آج اس کو دودھ نہ چھڑایا گیا تو ساری عمر یہ کبھی روٹی کھانے کے لائق نہیں ہو گا۔

اس کو گناہوں کی چاٹ لگی ہوئی ہے

علامہ بوصیری رحمتہ اللہ فرماتے ہیں کہ یہ انسان کا نفس بھی بچے کی مانند ہے۔ اس کے منہ کو گناہ لگے ہوئے ہیں۔ گناہوں کا ذائقہ اور اس کی چاٹ لگی ہوئی ہے۔ اگر تم نے اس کو ایسے ہی چھوڑ دیا کہ چلو کرنے دو، گناہ چھڑانے سے تکلیف ہوگی۔ نظر غلط جگہ پر پڑتی ہے اور اس کو ہٹانے میں بڑی تکلیف ہوتی ہے۔ زبان کو جھوٹ بولنے کی عادت پڑ گئی ہے۔ اگر جھوٹ بولنا چھوڑیں گے تو بڑی تکلیف ہوگی۔ اور اس زبان کو مجلسوں کے اندر بیٹھ کر غیبت کرنے کی عادت پڑ گئی ہے۔ اگر اس کو روکیں گے تو بڑی دقت ہوگی۔ نفس ان باتوں کا عادی بن گیا ہے، رشوت لینے کی عادت پڑ گئی ہے۔ اللہ بچائے، سود کھانے کی عادت پڑ

گئی۔ اور بہت سے گناہوں کی عادت پڑ گئی ہے، اور اب ان عادتوں کو چھڑانے سے نفس کو تکلیف ہو رہی ہے، اگر نفس کی اس تکلیف سے گھبرا کر اور ڈر کر بیٹھ گئے، تو اس کا نتیجہ یہ ہو گا کہ ساری عمر نہ کبھی گناہ چھوٹیں گے، اور نہ قرار ملے گا۔

سکون اللہ کے ذکر میں ہے

یاد رکھو! اللہ تعالیٰ کی نافرمانی میں قرار اور سکون نہیں ہے، ساری دنیا کے اسباب و وسائل جمع کر لئے۔ لیکن اس کے باوجود سکون نصیب نہیں۔ چین نہیں ملتا۔ میں نے آپ کو ابھی مغربی معاشرے کی مثال دی تھی کہ وہاں پیسے کی ریل پیل۔ تعلیم کا معیار بلند، لذت حاصل کرنے کے سارے دروازے چوپٹ کھلے ہوئے کہ جس طرح چاہو، لذت حاصل کر لو، لیکن اس کے باوجود یہ حال ہے کہ خواب آور گولیاں کھا کھا کر اس کی مدد سے سو رہے ہیں۔ کیوں! دل میں سکون و قرار نہیں، سکون کیوں نہیں ملا؟ اس لئے کہ گناہوں میں سکون کہاں تلاش کرتے پھر رہے ہو، یاد رکھو! ان گناہوں اور نافرمانیوں اور مصیبتوں میں سکون نہیں۔ سکون تو صرف ایک چیز میں ہے، وہ یہ کہ :

الا بذکر الله تطمئن القلوب

(سورۃ الرعد: ۲۸)

اللہ کی یاد میں اطمینان اور سکون ہے، اس واسطے یہ سمجھنا کہ نافرمانیاں کرتے جائیں گے، اور سکون ملتا جائے گا۔ یاد رکھو! زندگی بھ

نہیں ملے گا، اس دنیا سے تڑپ تڑپ کر جاؤ گے، اگر نافرمانیوں کو نہ چھوڑا تو سکون کی منزل حاصل نہ ہوگی۔

سکون اللہ تعالیٰ انہیں لوگوں کو دیتے ہیں جن کے دل میں اس کی محبت ہو جن کے دل میں اس کی یاد ہو، جن کا دل ان کے ذکر سے آباد ہو۔ ان کے سکون اور اطمینان کو دیکھو کہ ظاہری طور پر پریشان حال بھی ہیں، فقر و فاقے بھی گزر رہے ہیں۔ لیکن دل کو سکون اور قرار کی نعمت میسر ہے، لہٰذا اگر دنیا کا بھی سکون حاصل کرنا چاہتے ہو تو ان نافرمانیوں اور گناہوں کو تو چھوڑنا پڑے گا، اور گناہوں کو چھوڑنے کے لئے ذرا سا مجاہدہ کرنا پڑے گا، نفس کے مقابلے میں ذرا سا ڈٹنا پڑے گا۔

اللہ کا وعدہ جھوٹا نہیں ہو سکتا

اور ساتھ ہی اللہ تعالیٰ نے یہ وعدہ بھی فرمالیا کہ:

والذین جاھدوا فینا لنھدینھم سبلنا

جو لوگ ہمارے راستے میں یہ مجاہدہ اور محنت کرتے ہیں کہ ماحول کا، معاشرے کا، نفس کا شیطان کا اور خواہشات کا تقاضہ چھوڑ کر وہ ہمارے حکم پر چلنا چاہتے ہیں۔ تو ہم کیا کرتے ہیں:

"لنھدینھم سبلنا"

حضرت تھانوی رحمتہ اللہ علیہ اس کا ترجمہ فرماتے ہیں کہ "ہم ان کے ہاتھ پکڑ کر لے چلیں گے" یہ نہیں کہ دور سے دکھا دیا کہ "یہ راستہ ہے۔" بلکہ فرمایا! کہ ہم اس کا ہاتھ پکڑ کر لے جائیں گے، لیکن ذرا کوئی

قدم تو بڑھائے، ذرا کوئی ارادہ تو کرے۔ ذرا کوئی اپنے اس نفس کے مقابلے میں ایک مرتبہ ڈٹے تو سہی، پھر اللہ تعالیٰ کی مدد آتی ہے۔ یہ اللہ تعالیٰ کا وعدہ ہے۔ جو کبھی جھوٹا نہیں ہو سکتا۔

لہٰذا ''مجاھدہ'' اسی کا نام ہے کہ ایک مرتبہ آدمی ڈٹ کر ارادہ کرلے کہ یہ کام نہیں کروں گا، دل پر آرے چل جائیں گے خواہشات پامال ہو جائیں گی، دل و دماغ پر قیامت گزر جائے گی، لیکن یہ گناہ کا کام نہیں کروں گا، جس دن نفس کے سامنے ڈٹ گیا، اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں کہ اس دن سے ہمارا محبوب ہو گیا، اب ہم خود اس کا ہاتھ پکڑ کر اپنے راستے پر لے جائیں گے.

اب تو اس دل کو تیرے قابل بنانا ہے مجھے

اس لئے اصلاح کے راستے میں سب سے پہلا قدم ''مجاھدہ'' ہے اس کا عزم کرنا ہو گا ہمارے حضرت ڈاکٹر عبدالحی صاحب قدس سرہ یہ شعر پڑھا کرتے تھے کہ ۔

آرزوئیں خون ہوں یا حسرتیں پامال ہوں
اب تو اس دل کو بنانا ہے تیرے قابل مجھے

جو آرزوئیں دل میں پیدا ہو رہی ہیں، وہ چاہے برباد ہو جائیں، چاہے ان کا خون ہو جائے، اب میں نے تو ارادہ کر لیا ہے کہ اب تو اس کو بنانا ہے تیرے قابل مجھے، اب اس دل میں اللہ جل جلالہ کے انوار کا نزول ہو گا، اب اس دل میں اللہ کی محبت جاگزیں ہو گی، اب یہ گناہ نہیں

ہوں گے، پھر دیکھو کہ اللہ تعالیٰ کی طرف سے کیسی رحمتیں نازل ہوتی ہیں، اور آدمی اس راہ پر چل پڑتا ہے۔

یاد رکھو: کہ شروع شروع میں تو یہ کام کرنے میں بڑی دقت ہوتی ہے کہ دل تو کچھ چاہ رہا ہے، اور اللہ کی خاطر چھوڑ رہے ہیں اس میں بڑی تکلیف ہوتی ہے، لیکن بعد میں اس تکلیف میں مزہ آنے لگتا ہے، اور لطف آنے لگتا ہے، جب یہ خیال آتا ہے کہ میں نفس کو جو کچل رہا ہوں اور آرزوؤں کو جو خون کر رہا ہوں، یہ اپنے مالک اور خالق کی خاطر کر رہا ہوں۔ اس میں جو مزہ اور کیف ہے آپ ابھی اس کا تصور نہیں کر سکتے۔

ماں یہ تکلیف کیوں برداشت کرتی ہے؟

ماں کو دیکھئے کہ اس کی کیا حالت ہوتی ہے کہ سخت سردی کا عالم ہے، اور کڑکڑاتے جاڑے کی رات ہے، لحاف میں لیٹی ہوئی ہے، اور بچہ پاس پڑا ہے۔ اس حالت میں اس بچے نے پیشاب کر دیا، اب جناب! نفس کا تقاضہ تو یہ ہے کہ یہ گرم گرم بستر چھوڑ کر کہاں جاؤں، یہ تو جاڑے کا موسم ہے، گرم گرم بستر چھوڑ کر جانا تو بڑا مشکل کام ہے، لیکن ماں یہ سوچتی ہے کہ اگر میں نہ گئی تو بچہ گیلا پڑا رہے گا، اسکے کپڑے گیلے ہیں۔ اس طرح گیلا پڑا رہے گا، تو کہیں اس کو بخار نہ ہو جائے۔ اس کی طبیعت خراب نہ ہو جائے۔ وہ بے چاری اپنے نفس کا تقاضہ چھوڑ کر سخت کڑاکے کے جاڑے میں باہر جا کر ٹھنڈے پانی سے

اس کے کپڑے دھو رہی ہے، اور اس کے کپڑے بدل رہی ہے، یہ کوئی معمولی مشقت ہے؟ معمولی تکلیف ہے؟ لیکن ماں یہ تکلیف برداشت کر رہی ہے، کیوں؟ اس لئے کہ اپنے بچے کی فلاح اور اس کی صحت ماں کے پیش نظر ہے، اس لئے وہ اس سخت جاڑے میں اپنے نفس کے تقاضے کو پامال کر کے یہ سارے کام کر رہی ہے

محبت تکلیف کو ختم کر دیتی ہے

ایک عورت کا کوئی بچہ نہیں ہے، کوئی اولاد نہیں، وہ کہتی ہے بھائی، کس طرح میرا علاج کراؤ، تاکہ بچہ ہو جائے، اولاد ہو جائے، اور اس کے لئے دعائیں کراتی پھرتی ہے کہ دعا کرو اللہ میاں سے مجھے اولاد دے دے، اور اس کے لئے تعویز، گنڈے اور خدا جانے کیا کیا کراتی پھر رہی ہے۔ ایک دوسری عورت اس سے کہتی ہے کہ ارے! تو کس چکر میں پڑی ہے؟ بچہ پیدا ہو گا تو تجھے بہت سی مشقتیں اٹھانی پڑیں گی، جاڑے کی راتوں میں اٹھ کر ٹھنڈے پانی سے کپڑے دھونے ہوں گے، تو وہ عورت جواب دیتی ہے کہ میرے ایک بچے پر ہزار جاڑوں کی راتیں قربان ہیں، اس لئے کہ اس بچے کی قدر و قیمت اور اس کے دولت ہونے کا احساس اس کے دل میں ہے، اس واسطے اس ماں کے لئے ساری تکلیفیں راحت بن گئیں، وہ ماں جو اللہ سے مانگ رہی ہے کہ یا اللہ! مجھے اولاد دے دے، اس کے معنی یہ ہے کہ اولاد کی جتنی ذمہ داریاں ہیں، جتنی تکلیفیں ہیں، وہ دے دے، لیکن وہ تکلیفیں

اس کی نظر میں تکلیفیں ہی نہیں، بلکہ وہ راحت ہیں اب جو ماں جاڑے کی رات میں اٹھ کر کپڑے دھو رہی ہے اس کو طبعی طور پر تکلیف تو ضرور ہو رہی ہے، لیکن عقلی طور پر اسے اطمینان ہے کہ میں یہ کام اپنے بچے کی بھلائی کی خاطر کر رہی ہوں، جب یہ اطمینان ہوتا ہے تو اس وقت اسے اپنی آرزوؤں کو کچلنے میں بھی لطف آنے لگتا ہے۔

اسی بات کو مولانا رومی رحمتہ اللہ علیہ اس طرح فرماتے ہیں:

از محبت تلخہا شیریں شود

کہ جب محبت پیدا ہو جاتی ہے کڑوی سے کڑوی چیزیں بھی میٹھی معلوم ہونے لگتی ہیں، جن کاموں میں تکلیف ہو رہی تھی، محبت کے خاطر ان میں بھی مزہ آنے لگتا ہے. لطف آنے لگتا ہے کہ میں یہ کام محبت کی وجہ سے کر رہا ہوں، محبت کی خاطر کر رہا ہوں۔

مولیٰ کی محبت لیلیٰ سے کم نہ ہو

مولانا رومی رحمتہ اللہ علیہ نے مثنوی میں محبت کی بڑی عجیب حکاتیں لکھی ہیں، لیلیٰ مجنون کا قصہ لکھا ہے کہ مجنون لیلیٰ کی خاطر کس طرح دیوانہ بنا، اور کیا کیا مشقتیں اٹھائیں، دودھ کی نہر نکالنے کے ارادہ سے چل کھڑا ہوا، اور کام شروع بھی کر دیا، یہ ساری مشقتیں اٹھا رہا ہے، کوئی اس سے کہے کہ تو یہ جو کام کر رہا ہے، یہ بڑی مشقت کا کام ہے، اسے چھوڑ دے، تو وہ کہتا ہے کہ ہزار مشقتیں قربان، جس کی خاطر یہ کام کر رہا ہوں، اس کی محبت میں کر رہا ہوں، مجھے تو اسی نہر

کھودنے میں مزہ آرہا ہے، اس لئے اسی کے خاطر کر رہا ہوں، مولانا رومی رحمتہ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ ؎

عشق مولیٰ کے کم از لیلیٰ بود
گوئے گشتن بہر او اولیٰ بود

مولیٰ کا عشق حقیقی کب لیلی کے عشق سے کم ہو سکتا ہے۔ مولی کے لئے گیند جانا زیادہ اولیٰ ہے، لہٰذا جب آدمی محبت کی خاطر یہ تکلیفیں اٹھاتا ہے تو پھر بڑا لطف آنے لگتا ہے۔

تنخواہ سے محبت ہے

ایک آدمی ملازمت کرتا ہے، جس کے لئے صبح کو سویرے اٹھنا پڑتا ہے. اچھی خاصی سردی میں بستر پر لیٹا ہوا ہے۔ اور جانے کا وقت آگیا تو جناب بستر چھوڑ کر جا رہا ہے. نفس کا تقاضہ تو یہ تھا کہ گرم گرم بستر میں پڑا رہتا، لیکن گھر چھوڑ کر بیوی بچوں کو چھوڑ کر جا رہا ہے۔ اور سارا دن محنت کی چکی پیسنے کے بعد رات کو کسی وقت گھر واپس آتا ہے۔ اور بیشمار لوگ ایسے بھی ہیں جو صبح اپنے بچوں کو سوتا ہوا چھوڑ کر جاتے ہیں، اور رات کو واپس آکر سوتا ہوا پاتے ہیں، وہ یہ سب تکلیفیں برداشت کر رہا ہے، اب اگر کوئی شخص اس سے کہے کہ ارے بھائی! تم ملازمت میں بہت تکلیف اٹھا رہے ہو، چلو میں تمہاری ملازمت چھڑا دیتا ہوں۔ وہ جواب دے گا: نہیں، بھائی نہیں بڑی مشکل سے تو یہ ملازمت لگی ہے، اس کو مت چھڑوانا۔ اس کو صبح

سویرے اٹھ کر جانے میں ہی مزہ آرہا ہے، اور اولاد کو بیوی کو چھوڑ کر جانے میں بھی مزہ آرہا ہے، کیوں؟ اس لئے کہ اس کو اس تنخواہ سے محبت ہو گئی ہے جو مہینے کے آخر میں ملنی والی ہے، اس محبت کے نتیجے میں یہ ساری تکلیفیں شیریں بن گئیں، اب اگر کسی وقت ملازمت چھوٹ گئی تو روتا پھر رہا ہے کہ ہائے وہ دن کہاں گئے، جب صاحب کو سویرے اٹھ کر جایا کرتا تھا، اور لوگوں سے سفارشیں کراتا پھر رہا ہے کہ مجھے ملازمت پر دوبارہ بحال کر دیا جائے، اگر محبت کسی چیز سے ہو جائے تو اس راستے کی ساری تکلیفیں آسان اور مزے دار ہو جاتی ہیں، اسی میں لطف آنے لگتا ہے۔

اسی طرح گناہوں کو چھوڑنے میں تکلیف ضرور ہے، شروع میں مشقت ہو گی، لیکن جب ایک مرتبہ ڈٹ گئے، اور اسکے مطابق عمل شروع کر دیا تو اللہ تعالیٰ کی طرف سے مدد بھی ہو گی، اور پھر انشاء اللہ تعالیٰ اس تکلیف میں مزہ آنے لگے گا، اللہ تعالیٰ کی اطاعت میں مزہ آنے لگے گا۔

عبادت کی لذت سے آشنا کر دو

ہمارے حضرت ڈاکٹر عبدالحی صاحب قدس اللہ سرہ نے ایک مرتبہ بڑی عجیب و غریب بات ارشاد فرمائی، فرمایا کہ انسان کے اس نفس کو لذت اور مزہ چاہئے، اس کی خوراک لذت اور مزہ ہے، لیکن لذت اور مزے کی کوئی خاص شکل اس کو مطلوب نہیں کہ فلاں قسم کا مزہ

چاہئے، اور فلاں قسم کا نہیں چاہئے، بس اس کو تو مزہ چاہئے، اب تم نے اس کو خراب قسم کے مزے کا عادی بنا دیا ہے، خراب قسم کی لذتوں کا عادی بنا دیا ہے، ایک مرتبہ اس کو اللہ تعالیٰ کی اطاعت اور عبادت کی لذت سے آشنا کردو۔ اور اللہ تعالیٰ کے حکم کے مطابق زندگی گزارنے کی لذت سے آشنا کردو پھر یہ نفس اسی میں لذت اور مزہ لینے لگے گا۔

مجھے تو دن رات بے خودی چاہئے

غالب کا ایک مشہور شعر ہے. خدا جانے لوگ اس کا کیا مطلب لیتے ہوں گے، لیکن ہمارے حضرت" نے اس کا بڑا اچھا مطلب نکالا ہے وہ شعر ہے ۔

مے سے غرض نشاط ہے کس روسیاہ کے
اک گونہ بے خودی مجھے دن رات چاہئے

شراب سے مجھ کو کوئی تعلق نہیں، مجھے تو دن رات لذت کی بے خودی چاہئے، تم نے مجھے شراب کا عادی بنا دیا تو مجھے شراب میں بے خودی حاصل ہو گئی، شراب میں لذت آنے لگی، اگر تم مجھے اللہ تعالیٰ کی یاد اور اس کے ذکر اور اس کی اطاعت کا عادی بنا دیتے تو یہ بے خودی مجھے اللہ کے ذکر میں حاصل ہو جاتی، میں تو اسی میں خوش ہو جاتا، لیکن یہ تمہاری غلطی ہے کہ تم نے مجھے ان چیزوں کے بجائے شراب کا عادی بنا دیا۔

نفس کو کچلنے میں مزہ آئے گا

اسی طرح یہ مجاہدہ شروع میں تو بڑا مشکل لگتا ہے کہ بڑا کٹھن سبق دیا جا رہا ہے کہ اپنے نفس کی مخالفت کرو، اپنے نفس کے خواہشات کی خلاف ورزی کرو نفس تو چاہ رہا ہے کہ غیبت کروں، مجلس میں غیبت کرنے کا موضوع چھڑ گیا، اب جی چاہ رہا ہے کہ اس میں بڑھ چڑھ کر حصہ لوں، اب اس وقت اس کو لگام دینا کہ نہیں یہ کام مت کرو، یہ بڑا مشکل کام لگتا ہے، لیکن یاد رکھئے کہ دور دور سے یہ مشکل نظر آتا ہے. جب آدمی نے یہ پختہ ارادہ کر لیا کہ یہ کام نہیں کروں گا، تو اس کے بعد اللہ تعالیٰ کی رحمت سے اور فضل و کرم سے مدد بھی ہوگی، اور پھر تم نے اس لذت آرزو اور خواہش کو جو کچلا ہے، اس کچلنے میں جو مزہ آئے گا۔ انشاء اللہ ثم انشاء اللہ اس کی حلاوت اس غیبت کی لذت سے کہیں زیادہ ہوگی۔

ایمان کی حلاوت حاصل کرلو

حدیث میں آتا ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ:

ایک شخص کے دل میں تقاضہ پیدا ہوا کہ نگاہ غلط جگہ پر ڈالوں۔ اور کون شخص ہے جس کے دل میں یہ تقاضہ نہیں ہوتا، اب

جناب دل بڑا کسمسا رہا ہے کہ اس کو دیکھ ہی لوں، لیکن آپ نے اللہ تعالیٰ کے ڈر اور خشیت کے خیال سے نظر کو بچالیا۔ اور نگاہ نہیں ڈالی، جناب بڑی تکلیف ہوئی دل پر آرے چل گئے، لیکن اسے تکلیف کے بدلے میں اللہ تعالیٰ ایمان کی ایسی حلاوت عطا فرمائیں گے کہ اس کے آگے دیکھنے کی لذت ہیچ ہے، یہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا وعدہ ہے، اور حدیث میں موجود ہے۔ (مسند احمد، جلد ۵ ص ۲۶۴)

یہ وعدہ صرف نگاہ کے گناہ کے ساتھ مخصوص نہیں، بلکہ ہر گناہ چھوڑنے پر یہ وعدہ ہے، مثلاً غیبت میں بڑا مزہ آرہا ہے، لیکن ایک مرتبہ آپ نے اللہ جل جلالہ کے خیال سے غیبت چھوڑ دی، اور غیبت کرتے کرتے رک گئے۔ اللہ کے ڈر کے خیال سے غیبت کا کلمہ زبان پر آتے آتے رک گیا، پھر دیکھو کیسی لذت حاصل ہوتی ہے اور جب انسان گناہوں کی لذتوں کے مقابلے میں اس لذت کا عادی ہوتا چلا جاتا ہے تو پھر اللہ تعالیٰ کی محبت اور تعلق پیدا ہو جاتا ہے۔

حاصل تصوف

حضرت حکیم الامت قدس اللہ سرہ نے کیا اچھی بات ارشاد فرمائی، یاد رکھنے کے لائق ہے، فرمایا: "وہ ذرا سی بات جو حاصل ہے تصوف کا، یہ ہے کہ جب دل میں کسی اطاعت کے کرنے میں سستی پیدا ہو، مثلاً نماز کا وقت ہوگیا، لیکن نماز کو جانے میں سستی ہو رہی ہے" اس سستی کا مقابلہ کر کے اس طاعت کو کرے، اور جب گناہ سے

بچنے میں دل سستی کرے تو اس سستی کا مقابلہ کر کے اس گناہ سے بچے" پھر فرمایا کہ: "بس! اسی سے تعلق مع اللہ پیدا ہوتا ہے، اسی سے تعلق مع اللہ میں ترقی ہوتی ہے، اور جس شخص کو یہ بات حاصل ہو جائے، اس کو پھر کسی چیز کی ضرورت نہیں" لہٰذا نفسانی خواہشات پر آرے چلا چلا کر اور ہتھوڑے مار مار کر جب اس کو کچل دیا، تو اب وہ نفس کچلنے کے نتیجے میں اللہ جل جلالہ کی تجلی گاہ بن گیا۔

دل تو ہے ٹوٹنے کے لئے

ہمارے والد حضرت مفتی محمد شفیع صاحب قدس اللہ سرہ ایک مثال دیا کرتے تھے۔ اب تو وہ زمانہ چلا گیا، پہلے زمانے میں یونانی حکیم ہوا کرتے تھے، وہ کشتہ بنایا کرتے تھے، سونے کا کشتہ، چاندی کا کشتہ، سنکھیا کا کشتہ، اور نہ جانے کیا کیا کشتے تیار کرتے تھے اور کشتہ بنانے کے لئے وہ سونے کو جلاتے تھے اور اتنا جلاتے تھے کہ وہ سونا راکھ بن جاتا تھا۔ اور کہتے تھے کہ سونے کو جتنا زیادہ جلایا جائے گا، اتنا ہی اسکی طاقت میں اضافہ ہو گا، اب جلا جلا کر جب کشتہ تیار کیا تو وہ کشتہ طلا تیار ہو گیا، کوئی اسکو ذرا سا کھالے تو پتہ نہیں کہاں کی قوت آجائے گی، تو جب سونے کو جلا جلا کر مٹا مٹا کر پامال کر کر کے راکھ بنا دیا تو اب یہ کشتہ تیار ہو گیا۔ ہمارے حضرت والد صاحب قدس اللہ سرہ فرمایا کرتے تھے کہ ان خواہشات نفس کو جب کچلو گے، اور کچل کچل کر پیس پیس کر راکھ بنا کر فنا کر دو گے، تب یہ کشتہ بن جائے گا، اس میں اللہ جل جلالہ

کے ساتھ تعلق کی قوت آجائے گی، اور اللہ تبارک و تعالیٰ کی محبت آجائے گی۔ اب دل اللہ تعالیٰ کی تجلی گاہ بن جائے گا، اس دل کو جتنا توڑو گے، اتنا ہی یہ اللہ تعالیٰ کی نگاہ میں محبوب بنے گا۔

تو بچا بچا کے نہ رکھ اسے، کہ یہ آئینہ ہے وہ آئینہ ہے
جو شکستہ ہو تو عزیز تر ہے نگاہ آئینہ ساز میں

تم اس پر جتنی چوٹیں لگاؤ گے، اتنا ہی یہ بنانے والے کی نگاہ میں محبوب ہو گا، بنانے والے نے اس کو اسی لئے بنایا ہے کہ اسے توڑا جائے، اس کی خاطر اس کی خواہشات کو کچلا جائے، اور جب وہ کچل جاتا ہے تو کیا سے کیا بن جاتا ہے، ہمارے حضرت ڈاکٹر صاحب قدس اللہ سرہ کیا اچھا شعر پڑھا کرتے تھے کہ۔

یہ کہہ کر کاسہ ساز نے پیالہ پٹخ دیا
اب اور کچھ بنائیں گے اس کو بگاڑ کے

اور کچھ بنائیں گے، یعنی جو وہ چاہیں گے۔ وہ بنائیں گے، لہٰذا یہ نہ سمجھو کہ خواہشات نفس کو کچل سے جو چوٹیں لگ رہ ہیں، اور جو تکلیف ہو رہی ہے وہ بے کار جا رہی ہیں بلکہ اس کے بعد جب یہ دل اللہ تعالیٰ کی محبت کا محل بنے گا۔ اور اللہ تعالیٰ کے ذکر اور اس کی یاد کا محل بنے گا۔ اس وقت اس کو جو حلاوت نصیب ہوگی، خدا کی قسم ..... اس کے مقابلے میں گناہوں کی یہ ساری لذتیں خاک ور خاک ہیں، ان کی کوئی حقیقت نہیں، اللہ تعالیٰ یہ دولت ہم سب کو نصیب فرمائیں ..... بس! شروع میں تھوڑی سی محنت اور مشقت اٹھانی پڑے گی۔ اور اسی کا

نام مجاہدہ ہے، نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے اسی بات کو حدیث شریف میں اسی طرح بیان فرمایا کہ:

"المجاهد من جاهد نفسه"

مجاہد در حقیقت وہ ہے جو اپنے نفس سے جہاد کرے، اپنے نفس کی خواہشات کو اللہ کی خاطر کچلے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو اس پر عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے، اپنے نفس کی خواہشات کے ہاتھوں میں کھلونہ بننے سے بچائے، اور ان خواہشات نفس کو قابو کرنے کی توفیق عطا فرمائے، آمین۔

وآخر دعوانا ان الحمد للہ رب العالمین

مجاہدہ کی ضرورت

جسٹس مولانا محمد تقی عثمانی مدظلہم العالی

ضبط و ترتیب
محمد عبداللہ میمن

میمن اسلامک پبلشرز
۱۸۸/۱ — لیاقت آباد۔ کراچی

فہرست مضامین

اصلی ''مجاہد'' وہ ہے جو نفس سے اس طرح جہاد کرے کہ نفس کی خواہشات، نفس کی آرزوئیں، نفس کے تقاضے اس کو ایک طرف بلا رہے ہیں۔ لیکن انسان نفس کے ان تقاضوں اور آرزوں کو پامال کر کے دوسرا راستہ اختیار کرے، چنانچہ جو شخص اپنی اصلاح کی طرف قدم بڑھاتا ہے۔ اس کو ''مجاہدہ'' کرنا ہی پڑتا ہے۔ اور نفسانی خواہشات کے خلاف زبردستی کر کے، محنت کر کے، کوشش کر کے کڑوا گھونٹ پینا پڑتا ہے۔ اسی کا نام ''مجاہدہ'' ہے۔

مجاہدہ کی ضرورت

الحمد لله نحمده و نستعينه و نستغفره و نومن به و نتوكل عليه، ونعوذ بالله من شرور انفسنا و من سيات اعمالنا ، من يهده الله فلا مضل له من يضلله فلا هادی له، واشهد ان لا اله الا الله وحده لا شریک له واشهد ان سیدنا و نبينا ومولانا محمداً عبده ورسوله ، صلى الله تعالى عليه وعلى آله واصحابه وبارک وسلم تسليماً كثيرا كثيراً۔
اما بعد فاعوذ بالله من الشيطان الرجيم، بسم الله الرحمٰن

الرحیم، والذین جاھدوا فینا لنھد ینھم سبــلنا، وان اللہ لمع المحسنین (سورۃ العنکبوت: ۶۹)

آمنت باللہ صدق اللہ مولانا العظیم، وصدق رسولہ النبی الکریم، ونحن علی ذلک من الشاہدین والشا کرین ۔ والحمد للہ رب العالمین

گذشتہ جمعہ کو "مجاہدہ" سے متعلق جو گزارشات کی تھیں۔ ان کا خلاصہ یہ تھا کہ "مجاہدہ" کے معنٰی یہ ہیں کہ نفسانی خواہشات کا مقابلہ کر کے اللہ جل جلالہ کے حکم کے مطابق چلنے کی فکر کرنا یہ مجاہدہ ہے۔ آج اس کی مزید تفصیل عرض کرنی ہے۔ تاکہ یہ بات اچھی طرح ذہن نشین ہو جائے کہ مجاہدہ کیوں کرنا پڑتا ہے؟ اس کی کیا ضرورت ہے۔ ؟ اس کی حقیقت کیا ہے؟

دنیاوی کاموں میں "مجاہدہ"

دین کا کام "مجاہدہ" کے بغیر نہیں چلتا، بلکہ دنیا کے کام بھی مجاہدے کے بغیر نہیں ہو سکتے، اگر کوئی شخص روزی حاصل کرنا چاہتا ہے تو اس کے لئے اس کو بھاگ دوڑ کرنی پڑتی ہے۔ اس کے لئے اپنے نفس کے تقاضوں کو کچلنا پڑتا ہے، اس لئے کہ نفس کا تقاضہ تو یہ ہے کہ آرام سے گھر میں پڑا سوتا رہے، لیکن وہ یہ سوچتا ہے کہ اگر میں سوتا رہ گیا تو روزی کیسے کماؤں گا۔

بچپن سے "مجاہدہ" کی عادت

بچپن ہی سے بچے کو مجاہدے کی عادت ڈالنی پڑتی ہے۔ بچے کو جب شروع شروع میں پڑھنے کے لئے بھیجا جاتا ہے تو اس کی طبیعت کے خلاف ہوتا ہے۔ پڑھنے کے لئے جانے کو اس کا دل نہیں چاہتا، لیکن اس کو اس کی طبیعت کے خلاف پڑھنے پر آمادہ کیا جاتا ہے، یہ "مجاہدہ" ہے، لہٰذا تعلیم حاصل کرنے کے لئے، روزی کمانے کے لئے، بلکہ دنیا کے تمام مقاصد کے لئے انسان کو اپنی طبیعت کے خلاف کرنا پڑتا ہے، اگر انسان یہ سوچے کہ میں اپنی طبیعت کے خلاف کوئی کام نہیں کرونگا، ایسا شخص نہ دنیا کا کوئی مقصد حاصل کر سکتا ہے۔ اور نہ دین کا مقصد حاصل کر سکتا ہے۔

جنت میں مجاہدہ نہ ہو گا

اللہ تبارک وتعالیٰ نے اس کائنات میں تین عالم پیدا فرمائے ہیں۔ ایک عالم وہ ہے جس میں آپ کی ہر خواہش پوری ہوگی، اس میں خواہش کے خلاف کرنے کی کوئی ضرورت نہیں، جو دل چاہے گا، وہ ہو گا۔ اس میں انسان نفس کی خواہش کے مطابق کرنے کے لئے آزاد ہو گا، اس کو اس کے مواقع میسر ہونگے، وہ عالم "جنت" ہے، جس کے بارے میں قرآن کریم نے فرمایا کہ:

ولكم فيها ماتشتهي انفسكم ولكم فيها ماتدعون

(سورۃ حم سجدہ: ۳۱)

یعنی جو تمہارا دل چاہے گا، وہ ملے گا، اور جو مانگو گے وہ ملے گا، بعض روایات میں یہ تفصیل آئی ہے کہ مثلاً بیٹھے بیٹھے یہ دل چاہا کہ انار کا جوس پی لوں۔ اب صورت حال یہ ہے کہ قریب میں نہ تو انار ہے، اور نہ انار کا درخت ہے، اور نہ جوس نکالنے والا ہے، لیکن یہ ہو گا کہ جس وقت تمہارے دل میں اس کے پینے کا خیال آیا، اسی وقت اللہ تعالیٰ کی قدرت سے انار کا جوس نکل کر تمہارے پاس پہنچ جائیگا، اللہ تبارک وتعالیٰ اپنے بندوں کو یہ قدرت عطا فرمائینگے کہ جس چیز کا دل چاہے گا، وہ ملے گی وہاں پر تمہیں کسی خواہش کو کچلنے کی ضرورت نہیں ہوگی۔ کسی تقاضے کو دبانے کی ضرورت نہیں ہوگی۔ کسی خواہش کے خلاف کرنے کی ضرورت نہیں ہوگی، کسی مجاہدے کی ضرورت نہیں ہوگی، یہ عالم جنت ہے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو اپنی رحمت سے وہ عالم عطا فرما دے۔ آمین۔

عالم جہنم

دوسرا عالم اس کے بالکل برعکس ہے، وہاں ہر کام طبیعت کے خلاف ہو گا، ہر کام دکھ دینے والا ہو گا، ہر کام غم میں مبتلا کرنے والا، ہر کام میں تکلیف اور مصیبت ہوگی، کوئی آرام، کوئی راحت اور کوئی خوشی نہیں ہوگی، وہ عالم دوزخ ہے۔ اللہ تعالیٰ ہر مسلمان کو اس سے محفوظ رکھے۔ آمین

یہ عالم دنیا ہے

تیسرا عالم وہ ہے جس میں طبیعت کے مطابق بھی کام ہوتے ہیں، اور طبیعت کے خلاف بھی کام ہوتے ہیں، خوشی بھی حاصل ہوتی ہے، غم بھی آتا ہے، تکلیف بھی پہنچتی ہے، راحت بھی ملتی ہے، اس عالم میں کسی کی کوئی تکلیف خالص نہیں، کوئی راحت خالص نہیں، ہر راحت میں تکلیف کا کوئی کانٹا لگا ہوا ہے، اور ہر تکلیف میں راحت کا پہلو بھی ہے۔
یہ عالم دنیا ہے، اس دنیا میں آپ بڑے سے بڑے سرمایہ دار، بڑے سے بڑے دولت مند، بڑے سے بڑے صاحب وسائل سے پوچھ لیجئے کہ تمہیں کبھی کوئی تکلیف پہنچی ہے یا نہیں؟ یا تم ساری عمر آرام اور اطمینان سے رہے؟ کوئی ایک فرد بھی ایسا نہیں ملے گا جو یہ کہہ دے کہ مجھے کبھی کوئی تکلیف نہیں پہنچی، اور کوئی کام میری طبیعت کے خلاف نہیں ہوا، اس لئے کہ یہ عالم دنیا ہے، جنت نہیں ہے، یہاں راحت بھی پہنچے گی، تکلیف بھی پہنچے گی، یہ دنیا تو اسی کام کے لئے بنائی گئی ہے، کوئی شخص یہ چاہے کہ مجھے راحت ہی راحت ملے، کبھی تکلیف نہ ہو، تو ایسا کبھی زندگی بھر نہیں ہو سکتا، ایک شاعر نے کہا ہے کہ ؎

قید حیات و بند غم اصل میں دونوں ایک ہیں
موت سے پہلے آدمی غم سے نجات پائے کیوں

لہٰذا یہ دنیا اللہ تبارک و تعالیٰ نے اسی کام کے لئے بنائی ہے کہ اس میں تمہارے دل کو راحتیں بھی ملیں گی، اور اس کو توڑنے والے اسباب اور حالات پیدا ہونگے، اس لئے جیتے جی مرتے دم تک غم سے

نجات ممکن نہیں۔ اور تو اور انبیاء علیہم السلام جو اس کائنات میں اللہ تعالیٰ کو سب سے زیادہ محبوب ہوتے ہیں، ان کو بھی تکلیفیں پیش آئیں، بلکہ بسا اوقات عام لوگوں سے زیادہ پیش آئیں، ان کو بھی طبیعت کے خلاف واقعات پیش آئے، اس دنیا کے اندر کوئی انسان بھی ان سے بچ نہیں سکتا، اگر انسان کافر بن کر رہے، تب بھی طبیعت کے خلاف ہو گا، اگر مومن بن کر رہے، تب بھی طبیعت کے خلاف ہو گا، خدا کا انکار کرے، تب بھی طبیعت کے خلاف ہو گا۔

یہ کام اللہ کی رضا کے لئے کر لو

لہٰذا جب اس دنیا میں طبیعت کے خلاف باتیں پیش آنی ہی ہیں، تو پھر طبیعت کے خلاف کام کرنے کے دو طریقے ہیں۔ ایک طریقے تو یہ ہے کہ طبیعت کے خلاف کام بھی کرو، صدمے بھی اٹھاؤ، تکلیفیں بھی برداشت کرو، لیکن ان تکلیفوں کے بدلے میں آخرت میں کوئی نتیجہ نہ نکلے، اس غم سے آخرت میں کوئی فائدہ نہ ہو، اللہ تعالیٰ اس سے راضی نہ ہو۔

دوسرا طریقہ یہ ہے کہ انسان اپنی طبیعت کے خلاف کام کرے، نفس کے تقاضے کو کچلے، تاکہ آخرت سنور جائے۔ اور اللہ تعالیٰ اس سے راضی ہو جائے۔ چنانچہ انبیاء علیہم السلام کی دعوت یہ ہے کہ اس دنیا میں طبیعت کے خلاف تو ہونا ہی ہے۔ تمہارا دل چاہے، یا نہ چاہے، لیکن ایک مرتبہ یہ عہد کر لو کہ طبیعت کے خلاف وہ کام کریں گے جس سے

اللہ تعالیٰ راضی ہو گا۔

مثلاً نماز کا وقت ہو گیا۔ مسجد سے پکار آرہی ہے، لیکن جانے کو دل نہیں چاہ رہا ہے۔ اور سستی ہو رہی ہے، تو اب ایک راستہ یہ ہے کہ دل کے چاہنے پر عمل کر لیا، اور بستر پر لیٹے رہے، اور اتنے میں دروازے پر دستک ہوئی، معلوم ہوا کہ دروازے پر ایک ایسا آدمی آگیا ہے جس کے لئے نکلنا ضروری ہے، چنانچہ اس کے خاطر بستر چھوڑا، اور باہر نکل گئے، نتیجہ یہ نکلا کہ طبیعت کے خلاف بھی ہوا۔ خواہش کے خلاف بھی ہوا، اور آرام بھی نہیں ملا، تکلیف جوں کی توں رہی۔ لہٰذا آدمی یہ سوچے کہ تکلیف سے بچنا تو میرے قبضہ اور قدرت میں نہیں ہے، اس لئے کیوں نہ میں اللہ کو راضی کرنے کے لئے تکلیف برداشت کر لوں۔ یہ سوچ کر اس وقت اٹھ کر نماز کے لئے چلا جائے۔

اگر اس وقت بادشاہ کا پیغام آجائے

ہمارے حضرت ڈاکٹر عبد الحی صاحب قدس اللہ سرہ ہمارے لئے بڑی کار آمد باتیں فرمایا کرتے تھے۔ چنانچہ فرماتے کہ بھئی! اگر تمہیں نماز کے لئے جانے میں سستی ہو رہی ہو، یا کسی دین کے کام میں سستی ہو رہی ہو، مثلاً فجر کی نماز کے لئے یا تہجد کی نماز کے لئے سستی ہو رہی ہے۔ آنکھ تو کھل گئی، مگر نیند کا غلبہ ہے، بستر چھوڑنے کو دل نہیں چاہ رہا ہے تو اس وقت ذرا یہ سوچو کہ اس نیند کے غلبے کے عالم میں اگر تمہارے پاس یہ پیغام آجائے کہ سربراہ مملکت تمہیں بہت بڑا اعزاز دینا

چاہتے ہیں۔ اور وہ اعزاز اسی وقت تمہیں ملے گا، تو یہ بتاؤ کہ اس وقت وہ نیند اور وہ سستی باقی رہے گی؟ ظاہر ہے کہ وہ نیند اور سستی سب غائب ہو جائیگی۔ کیوں؟ اس لئے کہ تمہارے دل میں اس اعزاز کی قدر و منزلت ہے، جس کی وجہ سے تم طبیعت کے خلاف کرنے پر آمادہ ہو جاؤ گے، اور یہ سوچو گے کہ کہاں کی غفلت، کہاں کی نیند، اس اعزاز کو حاصل کرنے کے لئے دوڑ جاؤ، اگر یہ موقع نکل گیا تو پھر ہاتھ آنے والا نہیں، چنانچہ اس کام کے لئے نیند اور آرام چھوڑ کر فوراً نکل کھڑا ہو گا۔ لہٰذا جب تم ایک دنیا کے بادشاہ سے اعزاز حاصل کرنے کے لئے نیند چھوڑ سکتے ہو، اپنی راحت چھوڑا سکتے ہو، تو پھر اللہ جل جلالہ اور احکم الحاکمین کو راضی کرنے کے لئے راحت اور نیند نہیں چھوڑ سکتے؟ جب کسی نہ کسی وجہ سے راحت اور نیند چھوڑنی ہے تو پھر کیوں نہ اللہ کو راضی کرنے کے لئے راحت و آرام چھوڑ جائے؟

اللہ تعالیٰ ان کے ساتھ ہو گا۔

حضرات انبیاء علیہم السلام کا یہی پیغام ہے کہ اپنے نفس کو طبیعت کے خلاف ایسے کام کرنے کی عادت ڈالو جو اللہ تعالیٰ کو راضی کرنے والے ہوں، اسی کا نام "مجاہدہ" ہے۔ جو صدمے اور جو تکلیفیں غیر اختیاری طور پر پہنچ رہی ہیں، بظاہر ان سے کوئی فائدہ حاصل نہیں ہو رہا ہے، لیکن اللہ تعالیٰ کا وعدہ ہے جو لوگ ہماری خاطر یہ "مجاہدہ" کرینگے، ہماری خاطر نفس کے خلاف کام کرینگے تو ہم ضرور ان کا

ہاتھ پکڑ کر اپنے راستے پر لے چلیں گے،

والذین جاھدوا فینا لنھدینھم سبلنا، وان اللہ لمع المحسنین
اور وہ راستہ پر تنہا نہیں ہونگے، بلکہ جو شخص اس راستے پر چل رہا ہے، وہ محسنین میں سے ہے، اور اللہ تبارک و تعالیٰ محسنین کا ساتھی بن جاتا ہے۔

وہ کام آسان ہو جائیگا

اللہ تبارک و تعالیٰ کیسے ان کا ساتھی بن جاتا ہے؟ اس طرح کہ شروع میں نفس کی مخالفت میں بڑی دشواری معلوم ہو رہی تھی، طبیعت کے خلاف کرنا بڑا مشکل معلوم ہو رہا تھا۔ لیکن جب اللہ تعالیٰ کے بھروسے پر اللہ کو راضی کرنے کے لئے چل کھڑے ہوئے تو پھر وہی راستہ اس کے لئے آسان ہو جاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ اس کے لئے آسان کر دیتے ہیں۔ ایک شخص کو نماز کی عادت نہیں ہے، نماز پڑھنا بھاری معلوم ہوتا ہے، پانچ وقت کی نماز پڑھنا مشکل لگتا ہے۔ لیکن اس نے نفس کے اس تقاضے کے باوجود نماز پڑھنا شروع کر دی، یہاں تک کہ نماز کا عادی بن گیا، اب عادی بننے کے بعد اسی شخص کی یہ حالت ہو جاتی ہے کہ نماز پڑھنے میں کوئی مشقت ہی نہیں ہے، بلکہ اس سے اگر کوئی یہ کہے کہ ہزار روپے لے لو، اور آج کی نماز چھوڑ دو، بتائیے کیا وہ شخص نماز چھوڑنے پر راضی ہو گا؟ ہرگز نہیں، جو شخص ایک مرتبہ نماز کا عادی بن گیا، وہ کبھی ہزاروں روپے لے کر بھی ایک نماز چھوڑنے پر راضی نہیں ہو گا، اس لئے

کہ جس کام کو پہلے وہ مشکل سمجھ رہا تھا، تھوڑے سے عرصے میں اللہ تبارک وتعالیٰ نے اس کو آسان کر دیا۔

آگے قدم تو بڑھاؤ

یہی حال پورے دین کا ہے، اگر انسان بیٹھ کر سوچتا رہے تو اس کو مشکل نظر آئیگا، لیکن جب دین کے راستے پر چلنا شروع کر دے تو اللہ تبارک وتعالیٰ اسے آسان فرما دیتے ہیں، حضرت تھانوی رحمۃ اللہ علیہ اس کی ایک مثال دیا کرتے تھے کہ ایک لمبی سڑک سیدھی جارہی ہو، اور اس کے دونوں طرف درختوں کی قطاریں ہوں، دائیں طرف بھی اور بائیں طرف بھی، اب اگر کوئی شخص اس سڑک پر کھڑا ہو کر دیکھے تو اس کو یہ نظر آئے گا کہ درختوں کی دونوں قطاریں آپس میں آگے جاکر مل گئی ہیں۔ اور آگے راستہ بند ہے، اگر کوئی احمق شخص یہ کہے کہ چونکہ آگے چل کر درختوں کی قطاریں آپس میں مل گئی ہیں۔ اس لئے اس سڑک پر چلنا بیکار ہے، تو یہ شخص کبھی راستہ قطع نہیں کر سکے گا، اور کبھی منزل تک نہیں پہنچ سکے گا، وہی شخص منزل تک پہنچ سکے گا جو راستہ کو بند دیکھنے کے باوجود آگے قدم بڑھائے گا۔ اس لئے کہ جب وہ آگے قدم بڑھائیگا تو اسے نظر آئے گا کہ حقیقت میں راستہ بند نہیں تھا، بلکہ آنکھیں دھوکہ دے رہی تھی، جوں جوں وہ آگے بڑھتا چلا جائیگا، راستے کھلتے چلے جائیں گے، اس لئے دین کے راستے پر چلنے والوں سے اللہ تبارک وتعالیٰ فرمارہے ہیں کہ دور دور سے مشکل سمجھ کر مت بیٹھ جاؤ، اللہ کے

بھروسے پر آگے قدم بڑھانا شروع کردو، جب آگے قدم بڑھاؤ گے تو اللہ تعالیٰ تمہارے لئے راستہ آسان فرمادیں گے۔ البتہ ہمت سے کام کرنے کی ضرورت ہمیشہ رہے گی، اور طبیعت کے خلاف کام کرنے کا عزم کرنا پڑے گا۔ اور اسی کا نام "مجاہدہ" ہے۔

جائز کاموں سے رکنا بھی مجاہدہ ہے

اصل مجاہدہ تو یہ ہے کہ انسان جو ناجائز اور شریعت کے خلاف کام کر رہا ہے، ان سے اپنے آپ کو بچائے، اور اپنے نفس پر زبردستی دباؤ ڈال کر ان سے باز رہے، لیکن چونکہ ہمارا نفس لذتوں کا، خواہشات کا اور راحتوں کا عادی ہو چکا ہے۔ اور اتنا زیادہ عادی بنا ہوا ہے کہ اگر اس کو اللہ کے راستے کی طرف اور شریعت کی طرف موڑنا چاہو تو آسانی سے نہیں مڑتا، بلکہ دشواری پیدا ہوتی ہے، اس لئے اس نفس کو رام کرنے کے لئے اور اللہ کے بتائے ہوئے احکام کے تابع بنانے کے لئے اس کو بعض مباح اور جائز کاموں سے بھی روکنا پڑتا ہے، اس لئے کہ جب نفس کو جائز کاموں سے روکیں گے تو پھر اس کو لذتوں کو چھوڑنے کی عادت پڑے گی، اور پھر اس کے لئے ناجائز امور سے بچنا بھی آسان ہو جائیگا، صوفیاء کرام کی اصلاح میں اس کو بھی "مجاہدہ" کہا جاتا ہے۔

مثلاً خوب پیٹ بھر کر کھانا کوئی گناہ کا کام نہیں، لیکن صوفیاء کرام فرماتے ہیں کہ خوب پیٹ بھر کر مت کھاؤ، اس لئے کہ اس کا نتیجہ یہ ہوگا کہ یہ نفس غافل ہو جائیگا، اور لذتوں کا خوگر ہو جائیگا، اس لئے نفس

کو عادی بنانے کے لئے کھانے میں تھوڑی سی کمی کر دو، یہ بھی "مجاہدہ" ہے۔

جائز کاموں میں مجاہدہ کیوں؟

حضرت مولانا محمد یعقوب صاحب رحمۃ اللہ علیہ سے کسی نے پوچھا کہ حضرت! یہ کیا بات ہے کہ صوفیاء کرام بعض جائز کاموں سے بھی روک دیتے ہیں؟ اور ان کو چھڑا دیتے ہیں۔ حالانکہ اللہ تعالیٰ نے ان کو جائز قرار دیا ہے؟ حضرت والا نے جواب فرمایا کہ دیکھو اس کی مثال یہ ہے کہ یہ کتاب کا ورق ہے، اس ورق کو موڑو، موڑ دیا، اچھا اس کو سیدھا کرو، اب وہ ورق سیدھا نہیں ہوتا، بہت کوشش کر لی۔ لیکن وہ دوبارہ مڑ جاتا۔ پھر آپ نے فرمایا کہ اس کو سیدھا کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ اس ورق کو مخالف سمت میں موڑ دو، یہ سیدھا ہو جائیگا، پھر فرمایا کہ یہ نفس کا کاغذ بھی گناہوں کی طرف مڑا ہوا ہے، معصیتوں کی طرف مڑا ہوا ہے، اب اگر اس کو سیدھا کرنا چاہو گے تو یہ سیدھا نہیں ہو گا، اس کو دوسری طرف موڑ دو، اور تھوڑا سے مباحات بھی چھڑا دو جس کے نتیجے میں یہ بالکل سیدھا ہو جائیگا۔ اور راستے پر آجائیگا، یہ بھی "مجاہدہ" ہے۔

چار مجاہدات

چنانچہ صوفیاء کرام کے یہاں چار چیزوں کا مجاہدہ کرانا مشہور ہے، ۱۔ تقلیل طعام، کم کھانا۔ ۲۔ تقلیل کلام، کم بولنا۔ ۳۔ تقلیل

منام، کم سونا، ۴۔ تقلیل الاختلاط مع الانام، لوگوں سے کم ملنا۔

کم کھانے کی حد

۱۔ تقلیل طعام، کم کھانا۔ پہلے زمانے میں صوفیاء کرام کم کھانے پر بڑے بڑے مجاہدے کرایا کرتے تھے، یہاں تک کہ فاقہ کشی تک نوبت آجاتی تھی، لیکن حضرت حکیم الامت مولانا اشرف علی صاحب تھانوی قدس اللہ سرہ نے فرمایا کہ یہ زمانہ اب اس قسم کے مجاہدوں کا نہیں ہے، اب تو لوگ ویسے ہی کمزور ہیں۔ اگر کھانا کم کر دیں گے تو اور بیماریاں آجائیں گی، اور اس کے نتیجے میں کہیں ایسا نہ ہو کہ پہلے جو عبادت کرتا تھا، اس سے بھی محروم ہو جائے۔ اس لئے فرمایا کہ آج کے دور میں انسان ایک بات کی پابندی کر لے تو پھر تقلیل طعام کا مقصد حاصل ہو جائے گا، وہ یہ کہ جب کھانا کھانے بیٹھو گے تو کھانا کھاتے وقت ایک مرحلہ ایسا آتا ہے کہ اس وقت دل میں یہ تردد پیدا ہوتا ہے کہ اب مزید کھاؤں یا نہ کھاؤں؟ کچھ اور کھاؤں یا نہ کھاؤں؟ بس جس وقت یہ تردد کا مرحلہ آئے، اس وقت کھانا چھوڑ دو، اس سے تقلیل طعام کا منشا پورا ہو جائے گا۔

اور یہ جو تردد پیدا ہوتا ہے کہ مزید کھاؤں یا نہ کھاؤں؟ یہ عقل اور طبیعت کے درمیان لڑائی ہوتی ہے۔ کیونکہ کھانا کھانے میں مزہ آرہا ہے، تو اب نفس یہ تقاضہ کر رہا ہے کہ اور کھانا کھا کر مزہ لے لے، اور عقل کا تقاضہ یہ ہوتا ہے کہ اب مزید کھانا مت کھاؤ، اب مزید کھاؤ گے تو

کہیں بیمار نہ پڑ جاؤ، نفس اور عقل کے درمیان یہ لڑائی ہوتی ہے، اور اس لڑائی کا نام تردد ہے، لہٰذا ایسے موقع پر نفس کے تقاضے کو چھوڑ دو، اور عقل کے تقاضے پر عمل کر لو۔

وزن بھی کم اور اللہ بھی راضی

یہ مضمون میں نے حضرت والد ماجد مولانا مفتی محمد شفیع صاحب قدس اللہ سرہ سے اور حضرت ڈاکٹر عبدالحی صاحب رحمۃ اللہ علیہ سے کئی بار سنا، اور مواعظ میں بھی پڑھا، لیکن بعد میں ایک ماہر ڈاکٹر کا مضمون نظر سے گزرا، جس میں لکھا تھا کہ:

آج کل لوگ اپنے بدن کا وزن کم کرنے کے لئے طرح طرح کے نسخے استعمال کرتے ہیں۔ کسی نے روٹی چھوڑ دی۔ کسی نے دوپہر کا کھانا چھوڑ دیا۔ آج کل کی اصطلاح میں اس کو "ڈائیٹنگ" کہتے ہیں۔ یورپ میں اس کا بہت رواج ہے، یہ چیز وہاں وبا کی طرح پھیلی ہوئی ہے۔ اس کا مقصد یہ ہوتا ہے کہ جسم کا وزن کم ہو جائے۔ اور خاص طور پر خواتین میں اس کا اتنا رواج ہے کہ گولیاں کھا کھا کر وزن کم کرنے کی کوشش کرتی ہیں۔ اور بعض اوقات اس میں مر بھی جاتی ہیں۔

اس کے بعد وہ ڈاکٹر لکھتا ہے کہ میرے نزدیک وزن کم کرنے کا سب سے بہترین طریقہ یہ ہے کہ آدمی نہ تو کسی وقت کا کھانا مستقل چھوڑے، نہ روٹی کم کرے، بلکہ ساری عمر اس کا معمول بنا لے کہ جتنی بھوک ہے۔ اس سے تھوڑا سا کم کھا کر کھانا بند کر دے۔ اس کے بعد

اس ڈاکٹر نے بعینہ یہ بات لکھی ہے کہ جس وقت کھانا کھاتے ہوئے یہ تردد ہو جائے کہ کھانا کھاؤں یا نہ کھاؤں، اس وقت کھانا چھوڑ دے، جو شخص اس پر عمل کرے گا، اس کو کبھی بدن بڑھنے کی اور معدے کے خراب ہونے کی شکایت نہیں ہوگی، اور نہ اس کو ڈائیٹنگ کرنے کی ضرورت پیش آئے گی۔

یہی بات حضرت مولانا اشرف علی صاحب تھانوی قدس اللہ سرہ کئی سال پہلے لکھ گئے تھے۔ اب چاہو تو وزن کم کرنے کی خاطر اس پر عمل کر لو، چاہو تو اللہ کو راضی کرنے کی خاطر اس مشورے پر عمل کر لو۔ لیکن اگر نفس کے علاج کے طور پر اللہ کو راضی کرنے کے لئے یہ عمل کرو گے تو اس کام میں اجر و ثواب بھی ملے گا، اور وزن بھی کم ہو جائے گا۔ اور اگر صرف وزن کم کرنے کی خاطر کرو گے تو شاید وزن تو کم ہو جائے گا۔ لیکن اجر و ثواب نہیں ملے گا۔

نفس کو لذت سے دور رکھا جائے

حضرت تھانوی رحمۃ اللہ علیہ نے تو ہمارے لئے یہ عمل کتنا آسان کر دیا۔ ورنہ پہلے زمانے میں تو صوفیاء کرام خدا جانے کیا کیا ریاضتیں کرایا کرتے تھے، صوفیاء کرام کے یہاں لنگر ہوا کرتے تھے، اس لنگر کے اندر شوربا بنتا تھا۔ خانقاہ میں جو مریدین ہوا کرتے تھے، ان کو یہ حکم ہوتا تھا کہ جس کے پاس ایک پیالہ شوربے کا آئے تو وہ اس شوربے میں ایک پیالہ پانی ملائے، اور پھر کھائے، تاکہ نفس کو لذت گیری کی قید

سے آزاد کیا جائے، اس کے علاوہ ان سے فاقے بھی کرواتے تھے۔ لیکن وہ زمانہ اور تھا، اور آج کل کا زمانہ اور ہے، جیسے طب کے اندر زمانے کے بدلنے سے علاج کے طریقے بدل جاتے ہیں۔ اس طرح حکیم الامت قدس اللہ سرہ ہمارے زمانے کے لحاظ سے، ہمارے مزاجوں کا لحاظ رکھتے ہوئے نسخے تجویز کر گئے، تقلیل طعام کا یہ نسخہ ہمارے لئے تجویز کر گئے، جس سے تقلیل طعام کا منشا حاصل ہو جائے گا۔

پیٹ بھرے کی مستیاں

پورا پیٹ بھر کر اس طرح کھانا کہ اس کا کوئی حصہ خالی نہ رہے، اگرچہ فقہی اعتبار سے ناجائز نہیں۔ حرام نہیں، لیکن یہ انسان کے لئے جسمانی اور روحانی دونوں قسم کی بیماریوں کا سبب اور ذریعہ ہے، اس لئے کہ جتنی معصیتیں اور نافرمانیاں ہیں۔ وہ سب بھرے ہوئے پیٹ پر سوجھتی ہیں، اگر آدمی کا پیٹ بھرا ہوا نہ ہو تو یہ گناہ اور نافرمانیاں نہیں سوجھتیں، اس لئے حکم یہ ہے کہ "اشباع" یعنی پیٹ بھرے ہونے سے اپنے آپ کو بچانا چاہئے۔ اسی کا نام "تقلیل طعام" کا مجاہدہ ہے۔

کم بولنا "ایک مجاہدہ" ہے

دوسری چیز ہے "تقلیل کلام" بات کم کرنا۔ یعنی صبح سے شام تک یہ ہماری زبان قینچی کی طرح چل رہی ہے، اور اس پر کوئی روک ٹوک

نہیں ہے۔ جو منہ میں آرہا ہے۔ انسان بول رہا ہے، یہ صورت حال غلط ہے۔ اس لئے جب تک انسان اس زبان کو لگام نہیں دے گا، اور اس کو قابو نہیں کرے گا، اس وقت تک یہ گناہ کرتی رہے گی، یاد رکھیے، حدیث شریف میں ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ انسان کو اوندھے منہ جہنم میں ڈالنے والی چیز اس کی زبان ہے، اس لئے کہ جب زبان کو آزاد چھوڑ رکھا ہے۔ اس پر روک ٹوک نہیں ہے تو پھر وہ زبان جھوٹ میں مبتلا ہوگی۔ غیبت میں مبتلا ہوگی، دل آزاری میں مبتلا ہوگی، ان گناہوں کے سبب وہ جہنم میں جائے گا۔

زبان کے گناہوں سے بچ جائے گا۔

اس لئے انسان کو "تقلیل کلام" کا مجاہدہ کرنا پڑتا ہے کہ بات کم کرے، زبان سے فضول بات نہ نکالے، ضرورت کے مطابق بات کرے، اور بولنے سے پہلے یہ سوچے کہ یہ بات کرنا میرے لئے مناسب ہے یا نہیں؟ کہیں گناہ کی بات تو نہیں، اور بلاوجہ زبان چلانے سے بچے، اور پھر آہستہ آہستہ انسان کم بولنے کا عادی ہو جاتا ہے، پھر یہ ہوتا ہے کہ بولنے کا دل چاہ رہا ہے، لیکن اس نے اپنی اس خواہش کو دبا دیا تو اس کے نتیجے میں زبان پر قابو پیدا ہو جاتا ہے۔ اور پھر وہ جھوٹ، غیبت اور اس طرح کے دوسرے گناہوں میں مبتلا نہیں ہوتا۔

جائز تفریح کی اجازت ہے

یہ جو فضول قسم کی مجلس آرائی ہوتی ہے، جس کو آج کل کی اصطلاح میں گپ شپ کہا جاتا ہے، کوئی دوست مل گیا تو فوراً اس سے کہا کہ آؤ ذرا بیٹھ کر گپ شپ کریں، یہ گپ شپ لازماً انسان کو گناہ کی طرف لے جاتی ہے۔ ہاں! شریعت نے ہمیں تھوڑی بہت تفریح کی بھی اجازت دی ہے۔ نہ صرف اجازت دی ہے بلکہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ:

روحوا القلوب ساعةً فساعةً

(کنزالعمال: ۵۳۵۴)

یعنی دلوں کو تھوڑے تھوڑے وقفے سے آرام بھی دیا کرو، نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی تعلیمات پر قربان جائیے کہ ہمارے مزاج، ہماری نفسیات اور ہماری ضروریات کو ان سے زیادہ پہنچاننے والا اور کون ہوگا، وہ جانتے ہیں کہ اگر ان سے کہا گیا کہ اللہ کے ذکر کے علاوہ کچھ نہ کرو، ہر وقت ذکر اللہ میں مشغول رہو تو یہ ایسا نہیں کر سکیں گے۔ اس لئے کہ یہ فرشتے نہیں ہیں۔ یہ تو انسان ہیں۔ ان کو تھوڑے سے آرام کی بھی ضرورت ہے، تھوڑی سی تفریح کی بھی ضرورت ہے، اس لئے تفریح کے لئے کوئی بات کرنا، خوش طبعی کے ساتھ ہنس بول لینا نہ صرف یہ کہ جائز ہے۔ بلکہ پسندیدہ ہے، اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی سنت ہے۔ لیکن اس میں زیادہ منہمک ہو جانا کہ اسی میں کئی کئی گھنٹہ برباد ہو رہے ہیں قیمتی اوقات ضائع ہو رہے ہیں تو یہ چیز انسان کو لازمی طور پر گناہ

کی طرف لیجانے والی ہے۔ اس لئے فرمایا جارہا ہے کہ تم باتیں کم کرنے کی عادت ڈالو، اور یہ بھی "مجاہدہ" ہے۔

مہمان سے باتیں کرنا سنت ہے

میرے والد ماجد حضرت مفتی محمد شفیع صاحب رحمۃ اللہ علیہ کے پاس ایک صاحب آیا کرتے تھے۔ وہ باتیں بہت کرتے تھے۔ جب کبھی آئے تو بس ادھر ادھر کی باتیں شروع کر دیتے، اور رکنے کا نام نہ لیتے، ہمارے سب بزرگوں کا یہ طریقہ رہا ہے کہ اگر کوئی شخص مہمان بن کر ملنے کے لئے آتا تو اس کا اکرام کرتے، اس کی بات سنتے، اور حتی الامکان اس کی تشفی کی کوشش کرتے، یہ کام ایک مصروف آدمی کے لئے بڑا مشکل ہے، جن لوگوں کی زندگی مصروفیات سے بھری ہو، وہ جان سکتے ہیں کہ یہ کتنا مشکل کام ہے۔ لیکن حدیث شریف میں آتا ہے کہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کا معمول یہ تھا کہ جب آپ سے کوئی شخص ملنے کے لئے آتا، اور آپ سے بات کرنا شروع کرتا تو آپ اس کی طرف سے کبھی منہ نہیں موڑتے تھے، جب تک وہ خود ہی منہ نہ موڑ لے، اس کی بات سنتے رہتے تھے، چنانچہ حدیث کے الفاظ ہیں کہ:

حتی یکون ہو المنصرف

(شمائل ترمزی، باب ماجاء فی تواضع رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم)

حتی کہ وہ خود ہی نہ چلا جائے، یہ کام بڑا مشکل ہے، اس لئے کہ بعض لمبی بات کرنے کے عادی ہوتے ہیں، ان کی پوری بات پوری توجہ

سے سننا ایک مشکل کام ہے، لیکن حضور صلی اللہ علیہ وسلم کی سنت کی وجہ سے ہمارے بزرگوں کا یہ طریقہ رہا ہے کہ آنے والے کی بات سنتے، اس کی تشفی کرتے،

اصلاح کا ایک طریقہ

لیکن اگر کوئی شخص اصلاح کی غرض سے آتا تو اس پر روک ٹوک ہوتی تھی، بہر حال! وہ صاحب آکر باتیں شروع کر دیتے۔ اور حضرت والد صاحب مسکینیت سے اس کی باتیں سنتے رہتے، ایک دن ان صاحب نے آکر حضرت والد صاحب سے بیعت کی درخواست کی کہ حضرت! میں آپ سے اصلاحی تعلق قائم کرنا چاہتا ہوں، میرے لئے کوئی وظیفہ کوئی تسبیح بتا دیجئے، حضرت والد صاحب نے فرمایا کہ تمہارے لئے کوئی تسبیح اور وظیفہ نہیں ہے، تمہارا کام یہ ہے کہ زبان کو قابو میں کرو، اس پر تالا ڈالو، تم جو ہر وقت بولتے رہتے ہو، زبان نہیں رکتی، یہ غلط ہے۔ آئندہ جب آؤ تو بالکل خاموش بیٹھے رہو، زبان سے کوئی لفظ نہ نکالنا۔ اب اس پابندی کے نتیجے میں ان صاحب پر قیامت گزر گئی۔ یہ خاموش بیٹھنے کا مجاہدہ ان کے لئے ہزار مجاہدوں سے بھاری تھا۔ اب یہ ہوتا کہ بار بار ان کے دل مین بولنے کا تقاضہ پیدا ہوتا، لیکن پابندی کی وجہ سے نہ بولنے پر مجبور ہیں۔ اور اسی علاج کی وجہ سے اللہ تبارک وتعالیٰ نے سارا طریق طے کرا دیا۔ اس لئے کہ حضرت والد صاحب یہ سمجھ گئے تھے کہ ان کی بنیادی بیماری یہ ہے، جب یہ قابو میں آجائے گی تو سب کام آسان ہو جائے گا.

چنانچہ کچھ عرصہ بعد اللہ تعالیٰ نے ان کو کہاں سے کہاں پہنچا دیا۔ ہر ایک کی بیماری الگ الگ ہے، لہٰذا حالات کو دیکھ کر شیخ علاج تجویز کرتا ہے کہ اس کے لئے کونسا علاج مفید ہو گا، بہر حال یہ "تقلیل کلام" کا مجاہدہ ہے۔

کم سونا

تیسرا مجاہدہ ہے "تقلیل منام" یعنی کم سونا، اس میں بھی پہلے تو نہ سونے کا مجاہدہ ہوتا تھا، چنانچہ جیسا کہ مشہور ہے کہ امام ابو حنیفہ رحمۃ اللہ علیہ عشاء کے وضو سے فجر کی نماز پڑھا کرتے تھے۔ لیکن بزرگوں نے فرمایا کہ کم سونے کی حد یہ ہے کہ آدمی کو دن رات میں کم از کم چھ گھنٹے ضرور سونا چاہئے، چھ گھنٹے سے کم نہ کرے، ورنہ بیمار ہو جائے گا۔ اور حضرت تھانوی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے تھے کہ اگر کسی کو بے وقت سونے کی عادت ہے تو وہ اس کو ختم کرے، یہ بھی کم سونے کی حد میں داخل ہے، اور یہ بھی "مجاہدہ" ہے۔

لوگوں سے تعلقات کم رکھنا

چوتھا مجاہدہ ہے "تقلیل الاختلاط مع الا نام" یعنی لوگوں سے میل جول کم کرنا، اور بہت زیادہ میل جول سے پرہیز کرنا، اس لئے کہ انسان کے جتنے زیادہ تعلقات ہونگے، اتنا ہی گناہوں میں مبتلا ہونے

اندیشہ رہے گا۔ تجربہ کر کے دیکھ لو، آج کل تو تعلقات بڑھانا باقاعدہ ایک فن اور ہنر بن گیا ہے، جس کو "پبلک ریلیشن" (Public Relation) کہا جاتا ہے، جس کا مقصد یہ ہے کہ لوگوں کے ساتھ تعلقات زیادہ پیدا کرو، اور اپنا اثر رسوخ بڑھاؤ، اور ان تعلقات کی بنیاد پر اپنا کام نکالو، لیکن ہمارے بزرگوں نے اس سے منع فرمایا ہے کہ بلا ضرورت تعلقات نہ بڑھائے جائیں۔ بلکہ تعلقات کو کم کیا جائے۔

دل ایک آئینہ ہے

اس لئے کہ اللہ تعالیٰ نے انسان کے دل کو ایک آئینہ بنایا ہے، جو تصویر انسان کے سامنے سے گزرتی ہے، اس کا عکس دل پر جم جاتا ہے، لہٰذا جب انسان کے تعلقات زیادہ ہونگے تو اس میں پھر اچھے لوگ بھی آئیں گے، اور برے بھی آئیں گے، اور جب برے کاموں میں مصروف لوگ ملاقات کریں گے تو ان کے کاموں کا عکس دل پر پڑے گا، اور اس سے دل خراب ہوگا، اس لئے فرمایا کہ دوسرے لوگوں سے بلا ضرورت زیادہ نہ ملو، دوسرے لوگوں سے تعلقات جتنے کم ہوں گے، اتنا ہی اللہ جل شانہ سے تعلق میں اضافہ ہوگا۔ مولانا رومی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ ؎

تعلق حجاب است وبے حاصلی

چوں پیونها بگسلی واصلی

یعنی یہ تعلقات اللہ تعالیٰ کے ساتھ تعلق قائم کرنے میں حجاب

ور پردے بن جاتے ہیں، دنیا کی جتنی محبتیں بڑھیں گی کہ اس سے بھی
محبت ہے، اس سے بھی محبت ہے اتنا ہی اللہ تبارک وتعالیٰ سے تعلق میں
لمی آئے گی، البتہ جو حقوق العباد ہیں۔ وہ بے شک ادا کرنے ہیں، ان
یں کوتاہی نہیں کرنی ہے، لیکن بلاوجہ تعلقات نہیں بڑھانا چاہئے، اسی کا
ام "تقلیل الاختلاط مع الانام" ہے۔

بہر حال یہ مجاہدات اس لئے کرائے جاتے ہیں، تاکہ ہمارا یہ نفس
قابو میں آجائے۔ اور ناجائز کاموں پر اکسانا چھوڑ دے، اس لئے یہ
مجاہدات ہر انسان کو کرنے چاہئیں اور بہتر یہ ہے کہ یہ مجاہدات کسی رہنما کی
نگرانی میں کرے، خود اپنی مرضی اور اپنے فیصلے سے نہ کرے، اس لئے
اگر انسان خود سے یہ فیصلہ کرے گا کہ میں کتنا کھاؤں، کتنا نہ کھاؤں، کتنا
سوؤں، کتنا نہ سوؤں، کتنے لوگوں سے تعلقات رکھوں۔ کن سے
تعلقات نہ رکھوں، تو جب کسی راہنما کی راہنمائی میں یہ کام کرے گا، تو
انشاء اللہ اس کے فوائد حاصل ہونگے، اور ہر کام اعتدال میں رہ کر ہوتا
رہے گا۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو اس پر عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔
آمین

وآخر دعوانا ان الحمد للہ رب العالمین